

11月8日は いい歯の日



歯ッピーおろち君
健康と美は口から

はちまるにいまる

8020運動 を実践しよう

8020運動とは「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。

少なくとも20本以上の歯があれば、年齢を問わず食物を噛みくだくことができ、おいしく食べられます。子どものころからの正しいデンタルケアと青年期の予防が大切です。

歯の健康は全身の健康を支援します

歯の健康は全身の健康にとって非常に大切な要件になっています。島根県歯科医師会が、生きがいのある生活を送るための「8020運動」に取り組んで21年になります。達成率は初年度の8%から25%になるなど着実に成果を挙げており、日本歯科医師会では達成率50%の8020社会の実現を目指し活動しています。

日常的に介護を必要としないで自立した生活ができる健康寿命と、日本人の平均寿命との差は約10年です。この差を縮めていくには歯の寿命を伸ばすことが大切です。また最近、歯周病を治すと糖尿病の状態が改善することも明らかになり、こうしたことを周知するため、わたしたちは市民を対象にした公開講座を各地で開催しています。

島根県歯科医師会
会長 仲佐 善昭



参加費
無料

市民公開講座

テーマ 『糖尿病と歯周病』

11/28日 13:30~15:00

場所 益田市立保健センター 3階大ホール

主催 島根県歯科医師会益田鹿足支部 Te (0856) 23 6222

歯科医療は「生きる力を支える生活の医療」です。

日本歯科医師会 <http://www.jda.or.jp/>

島根県歯科医師会 <http://www.shimane-da.or.jp/>